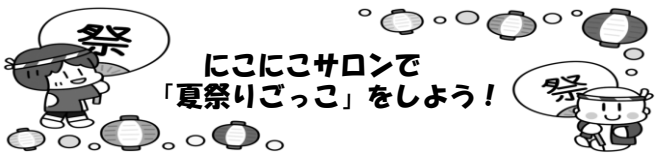
7月予定表

曜日	月	火	水	木	金
日	3	4	5	6	7
午前	サークル（きままヨガ）	にこにこサロン（計測）	ファミサポ講習会	にこにこサロン（計測）	公民館（ママさんリフレッシュセミナー）
午後	にこにこサロン	にこにこサロン	にこにこサロン		ベビー、マタニティサロン（計測）
日	10	11	12	13	14
午前	サークル（のびのび）	ファミサポ講習会	にこにこサロン	にこにこサロン（誕生会）	にこにこサロン（誕生会）
午後	にこにこサロン	にこにこサロン	にこにこサロン		ベビー、マタニティサロン（誕生会）
日	17	18	19	20	21
午前	海の日	にこにこサロン	にこにこサロン	ファミサポ講習会	サテライト北コミ
午後		にこにこサロン	にこにこサロン		ベビー、マタニティサロン（製作あそび）
日	24	25	26	27	28
午前	サテライト南コミ	にこにこサロン（夏祭り）	にこにこサロン	にこにこサロン	にこにこサロン
午後	にこにこサロン	にこにこサロン（夏祭り）	にこにこサロン		ベビー、マタニティサロン
日	31				
午前	にこにこサロン				
午後	にこにこサロン				

ママさんリフレッシュセミナー「手芸講座」のお知らせ
- 7月7日（金）10:00～12:00 公民館第 2研修室
- お子さんの託児はさせて いただきます。

サテライト事業のお知らせ
～職員がおもちゃを持って遊びにいきます～
- 時間　10:00～11：30
- 7月21日（金）北地区コミセン
- 7月24日（月）南地区コミセン

事業の時間			
	にこにこサロン	・午前サロン	９：３０　～　１１：３０
		・午後サロン	１４：００　～　１５：３０
	サテライト事業	・月１回程度	１０：００　～　１１：３０
	サークル使用日	・月曜日	１０：００　～　１１：３０
	※　新型コロナウイルス感染症感染拡大防止、利用者の密を回避するため「午前・午後にこにこサロン」は１日各7、８組程度までの電話予約制と致しますので、ご了承ください。		



にこにこサロンで「夏祭りごっこ」をしよう！

下記の日程で、「夏祭りごっこ」をします。
参加ご希望の方は、事前電話予約のご協力をお願いいたします。（各7、８組程度）

◎　7月２５日（火）　午前にこにこサロン
◎　7月２５日（火）　午後にこにこサロン

ベビーさんは、製作あそびをします。
◎　7月２１日（金）　午後ベビーサロン

ママさんリフレッシュセミナー「手芸講座」の申込は子育て支援センターまたは、教育委員会社会教育係への電話もしくは、チラシの二次元コードおよび市のホームページの事業告知ページのリンクからご予約ください。

糖分の多い飲み物や冷たい物の食べすぎに注意しましょう!!

蒸し暑い夏がやってきます。大人と同じ量の汗腺を持っているお子さんたちは、皮膚や呼吸によって常に水分の蒸発が行われています。日々の生活の中で、こまめに水分補給をしましょう！

【水分補給のタイミング】
◎　起床時
◎　食事（ご飯やおかず、汁物から水分補給）
◎　おやつ（飲み物やスイカやとうもろこしなどの夏野菜から水分補給）
◎　出かける前
◎　帰宅後
◎　運動･遊びの前と活動中および運動･遊びの後
◎　入浴前と入浴後
◎　就寝時